Pe drumul indeplinirii şi depăşirii planului in domeniul mişcării sportive

Activitatea unui comitet C.F.S. poate fi oglindită în modul cel mai firesc prin îndeplinirea planului.

Sunt comitete regionale, orăşeneşti şi raionale C.F.S. care se pot mândri că au îndeplinit şi depăşit planul încă de acum o lună sau cu două luni în urmă. Printre acestea se numără comitetele regionale C.F.S. Mureş şi Sibiu, comitetul orăşenesc Cluj, comitetul C. F. S. din regiunea şi Oraşul Stalin

Exemplele de mai sus au constituit un imbold şi în munca altor comitete C.F.S., care au depus lăudabile eforturi ca şi ele să devină fruntaşe.

Astfel, în ultimul timp regiunea Bacău organizându-şi mai temeinic munca, a reuşit să-şi îndeplinească şi să depăşească planul pe anul 1951. La persoane fizice, de pildă, planul a fost realizat încă din luna August, iar la purtători ai insignei, din luna Noembrie.

Cu toate acestea, din cauza unei subaprecieri nejustificate, comitetul nu şi-a îndeplinit încă planul în domeniul organizării de şcoli de instructori şi arbitri, deşi în această regiune lipsa de cadre sportive e destul de resimţită. Dacă în viitoarea sa activitate comitetul regional C.F.S. Bacău va lichida şi această lipsă, rezultatele vor fi cu mult mai frumoase.

★

Angrenând în muncă un larg activ voluntar, ca şi numeroase secţii pe ramură de sport, comitetul raional C.F.S. Caracal a reuşit să îndeplinească şi să depăşească planul în cele mai multe domenii de activitate. Astfel, planul a fost realizat în proporţie de 312% la sportivi clasificaţi, 112% la persoane fizice, 190% la competiţii şi 101% la purtători ai insignei G.M.A. In toată această muncă s'au evidenţiat în mod deosebit comisiile de atletism, gimnastică, fotbal, tir şi volei. Deasemeni la îndeplinirea cifrelor de plan a contribuit din plin şi comisia de control G.M.A. raională, evidenţiindu-se tovarăşa Maria Niculescu, secretara acestei comisii.

Nu aceeaşi contribuţie pentru îndeplinirea planului au dat-o celelalte comisii pe ramuri de sport, precum şi tovarăşul Miron Borita, responsabilul cu munca de instruire sportivă. El a considerat în mod greşit că toată această muncă poate fi îndeplinită numai de către tov. Gabriel Mihăilescu, preşedintele comitetului raional C.F.S.

★

Cheia succeselor în munca rodnică a comitetului raional C.F.S. Sighet a constituit-o ajutorul permanent dat de către comitetul raional de partid. Planificarea muncii şi repartizarea justă a sarcinilor, controlul efectiv al îndeplinirii lor a contribuit deasemeni la depăşirea sarcinilor de plan pe anul 1951.

La îndeplinirea sarcinilor de plan ale comitetului au dat sprijin efectiv şi conducerile colectivelor sportive din raion, care au muncit cu mult elan pentru realizarea planului ce i-a fost repartizat. Printre aceste colective fruntaşe se situiază colectivul liceului Filimon Sârbu, colectivele săteşti Câmpulung la Tisa şi Strâmtura. Va trebui însă ca pe viitor comitetul raional C.F.S. să-şi îndrepte atenţia mai serios spre colectivele săteşti şi să întărească colaborarea cu consiliile regionale ale asociaţiilor. Va trebui deasemeni să asigure din timp condiţiile necesare desvoltării şi mai însemnate a mişcării sportive în anul care vine.

★

Printr'o intensă muncă de agitaţie, folosindu-se toate mijloacele locale: presă şi gazete de perete, precum şi staţiile de radioamplificare, comitetul raional C.F.S Dorohoi poate să se mândrească cu îndeplinirea planului pe acest an în numai 11 luni. La acest succes a contribuit în mare măsură şi activitatea rodnică dusă în numeroase colective sportive. Pe această linie se situiază munca colectivelor Progresul, S.T.A. şi L.T.B. Intre domeniile de activitate în care s'au obţinut frumoase realizări se află şi cel al sportivilor clasificaţi, unde s'a ajuns la o depăşire de plan de peste 110 la sută.

Ca o lipsă importantă în munca acestui comitet raional trebue arătat faptul că nu a existat o serioasă preocupare în domeniul angrenării elementului feminin în sport şi că unele colective şcolăreşti ca S.P.T. şi S.T.F. nu au fost activizate. Aceste lipsuri au împiedicat într'o bună măsură o şi mai mare depăşire a planului.

ANTRENAMENTUL PENTRU TRECEREA NORMELOR G.M.A. LA SCHI

Ca să putem lua parte cu succes la concursurile de schi din cadrul complexului G.M.A., trebue să urmăm un antrenament metodic. Antrenamentul acesta e bine să-l executăm în aşa fel încât organismul să fie obişnuit în mod treptat cu efortul. La prima şedinţă de antrenament aspirantul G.M.A. va face încălzire 10—15 minute, după care se va alege de către instructor un traseu, cu o lungime de 50—60 metri, care să cuprindă o pantă uşor înclinată. Pe această pantă se vor face 8—10 coborîri, cu o durată totală de 20—30 minute.

După aceasta aspirantul va parcurge 1—2 km fără nicio oprire, ajutându-se cu beţele de schi. La a doua şedinţă de antrenament, dacă lecţia se face în grup, vom forma un cerc într'o poiană şi instructorul va corecta greşelile fiecăruia dintre cei care învaţă. In timpul acestei şedinţe se vor repeta diferite stiluri de mers Aceste şedinţe de antrenament continuă într'un ritm crescând, mărind distanţa pe care ne antrenăm şi viteza execuţiei, până la învăţarea perfectă a tuturor stilurilor de mers.

După zece asemenea şedinţe vom face o pauză de 2—3 zile, după care trecem la continuarea antrenamentului în vederea concursului G.M.A. De data aceasta vom alege un traseu mai variat, care să cuprindă diferenţe de nivel mai mari. Lucrul acesta va da posibilitate aspirantului să se obişnuiască cu urcuşurile, coborîrile, virajele.

Pe când în prima fază a pregătirilor n'am insistat asupra antrenamentului în grup, în această fază, mai avansată, se recomandă insistent ca antrenamentul să se facă pe echipe de 5 sau 10 schiori, în nici un caz cu mai puţin de trei.

In această perioadă durata antrenamentului nu trebue să treacă de o oră şi jumătate. In ziua de repaus (Duminica) antrenamentul poate avea o durată mai mare. După ce am făcut primele antrenamente pe dealuri sau munţi nu prea înalţi, căutăm coborâşuri mai lungi şi mai înclinate.

Pentru un schior bun, nu e deajuns să cunoască mersurile, coborârile, urcuşurile şi virajele în viteză, ci el trebue să se familiarizeze cu amănuntele tehnice necesare diferitelor stări ale zăpezii. Aspirantul care se prezintă la concursul pentru trecerea normei G.M.A. la schi trebue să cunoască toate stilurile de mers ca şi tehnica schimbării stilului în timpul mersului.

Dacă schiorul va aplica un singur stil de mers, el va obosi foarte repede. Dacă însă posedă la perfecţie toate stilurile de mers şi va şti să le folosească, va putea să menţină în permanenţă viteza necesară şi dă în acelaş timp posibilitate organismului să se odihnească.

In apropierea acelor oraşe, centre muncitoreşti sau a satelor unde există un teren mai variat, antrenamentele se pot face nu numai ziua, ci chiar şi seara după ieşirea dela lucru. Pentru aceasta însă este necesar ca terenul să fi fost parcurs de câteva ori în timpul zilei.

In perioada pregătirilor avansate ţelul principal al antrenamentelor trebue să fie ridicarea vitezei de execuţie a mişcărilor şi întărirea rezistenţei.

Antrenamentele de viteză se fac pe distanţe scurte, variind între 800 şi 1.000 metri. Rezistenţa se poate obţine prin curse în grup pe distanţe lungi. Aceste distanţe e bine să fie de două ori mai lungi decât distanţa de concurs.

Antrenamentele pe distanţe lungi se fac de două ori pe lună.

Cu 5—7 zile înainte de concurs toată distanţa cursei trebue parcursă în plină viteză şi va fi cronometrată. Este bine să se menţină ritmul cu care aspirantul crede că va putea merge în cursă. Ultimul antrenament are loc cu două zile înainte de concurs, dar de data aceasta aspirantul trebue să dea randamentul maxim de care se simte capabil.

Şedinţele regulate de antrenament şi un sever regim de viaţă sportivă vor ajuta pe tinerii noştri schiori să obţină nu numai norma G.M.A. la schi, ci să dobândească şi o înaltă măestrie în ramura de sport atât de folositoare şi instructivă care este schiul.

„Concursul de iarnă" la tenis

Mâine şi în fiecare zi până Joi 27 Decembrie, cu începere dela ora 15, se va desfăşura în sala C.C.F.S. Floreasca, prima competiţie de tenis în sală disputată vreodată în ţara noastră.

La această întrecere, organizată de comisia centrală de tenis, partidele se vor disputa sistem „cel mai bun din trei". Vor participa 14 jucători împărţiţi în două serii. In prima serie vor concura primii şase jucători din R.P.R.: Gh. Viziru, maestru al sportului şi campion R.P.R., maeştrii sportului T. Caralulis şi A. Schmidt, precum şi M.Viziru, G. Cobzuc şi T. Bădin. Matchurile dintre aceşti jucători se vor desfăşura sistem turneu.

Deasemeni, va mai avea loc şi un concurs la care vor lua parte alţi opt jucători: Şt. Angelescu, Tilden Ivan, C. Zacopceanu, C. Chivaru, T. Grad, M. Bădin, Ilie Ivan şi T. Marinescu, care vor juca un tur eliminatoriu, iar învingătorii se vor întâlni în cadrul unui turneu.

Dela I. C. F.

Luni 24 Decembrie, ora 17, va avea loc prima şedinţă de comunicări a Cercului Ştiinţific al Studenţilor, de pe lângă Catedra de Jocuri Sportive.

Tema comunicării: Unele observaţii în legătură cu desfăşurarea finalelor campionatului republican de baschet pe 1951.

Referat: Predescu Aurel, student anul III.

Sunt invitaţi să participe profesorii de cultură fizică, antrenorii, arbitrii şi jucătorii de baschet, precum şi toţi cei interesaţi în această problemă. Comunicarea va fi urmată de discuţii.

In editura Cultură Fizică şi Sport, au apărut:

SPORTIVE SOVIETICE

Broşura cuprinde o serie de articole apărute în presa sovietică înfăţişând portretele sportivelor: Ana Andreeva, deţinătoare a recordului mondial la aruncarea greutăţii, Alexandra Malofeeva, campioană de schi, Ana Ponomareva, campioană de scrimă, Ana Bodreaghina, campioană de pilotaj sportiv etc.

Dârzenia, curajul, spiritul de iniţiativă şi perseverenţa minunatelor sportive sovietice sunt prezentate sub forma unor povestiri interesante, constituind pentru tineretul nostru un luminos exemplu.

ACTIVITATEA DE CULTURA FIZICĂ IN ŞCOALĂ

V. G. Iacovlev

Lucrarea cuprinde scurte indicaţii asupra organizării şi desfăşurării activităţii de cultură fizică şi sport în şcoală, în timpul vacanţei de iarnă şi primăvară.

Activitatea sportivă din şcoli

Minunată şi plină de măreţe perspective este viaţa tineretului din Republica noastră.

Alături de muncitorii din fabrici şi uzine, care ridică tot mai sus steagul întrecerii socialiste, alături de ţăranii muncitori care luptă pentru a asigura o recoltă bogată, elevii, cadrele de mâine, se străduesc să asimileze cât mai temeinic cunoştinţele predate în şcoli, convinşi fiind că astfel vor putea să pună o cărămidă la temelia construirii vieţii noi ce se clădeşte azi în patria noastră.

In afară de principala lor preocupare, învăţătura, elevii acordă o deosebită atenţie şi sportului.

După orele de program, ei merg voioşi pe stadioane şi în sălile de sport unde se recreiază şi se fortifică spre a deveni oameni puternici, gata pentru munca de înaltă productivitate şi pentru apărarea patriei.

Una din şcolile unde se desfăşoară o frumoasă activitate sportivă este L. B. 9 din Capitală. Bine organizaţi în colectivul sportiv şi având sprijinul direcţiunii şi al profesorilor de educaţie fizică, elevii liceului de băieţi No. 9 au pornit dela început să treacă normele G.M.A. Până în prezent 100 elevi au trecut toate probele complexului sportiv iar acum pe pieptul lor străluceşte insigna G.M.A.

Pornindu-se dela trecerea probelor G.M.A. ca bază a activităţii sportive, s'a trecut apoi la popularizarea sporturilor în rândul masselor de elevi.

După lecţii practice şi de teorie sportivă, s'a trecut la şedinţe speciale de antrenament pe diferite discipline sportive. Au fost organizate apoi campionate interclase — la volei, baschet — unde s'au remarcat o serie de tinere elemente.

La campionatul de atletism al elevilor din Capitală, unde reprezentanţii L. B. No. 9 s'au prezentat bine pregătiţi, s'au evidenţiat alevii I. Dumitrescu şi D. Manolescu.

Echipa de gimnastică a liceului se antrenează intens sub conducerea profesorului Avram. Aici lucrează cu dragoste fruntaşii în învăţătură D. Nicolescu, Kovacs şi Ghiurluc.

Muncind neîncetat, colectivul sportiv al L. B. No. 9 este unul din colectivele fruntaşe ale raionului 1 Mai. Totuşi, aici preocuparea pentru trecerea normelor G.M.A. va trebui intensificată.

La Şcoala Medie Tehnică de Poligrafie şi Editură datorită sprijinului acordat de direcţiunea generală E.P.D. s'a ajuns ca activitatea sportivă din rândul elevilor să ia o mare desvoltare.

Sala de gimnastică a fost complect renovată, ceeace permite ca antrenamentele la gimnastică, volei şi baschet să se desfăşoare în bune condiţiuni. In urma iniţiativei luată de direcţiune şi elevi, în curtea şcolii se construieşte un stadion care cuprinde două terenuri de baschet, două terenuri de volei, un teren de handbal, o pistă de atletism cu trei culoare, o groapă de sărituri şi un loc special pentru aruncări. Alături de acest stadion se amenajează prin munca voluntară a elevilor încă un teren de volei şi unul de baschet.

★

Cu o rodnică activitate sportivă se pot mândri deasemeni şi elevele şcolii pedagogice din Gherla. Aici se ţin cu regularitate şedinţe de antrenament la diferite discipline sportive, iar secţia de volei şi-a întocmit un plan de antrenamente pe care-l respectă cu conştiinciozitate. Pentru a asigura continuarea antrenamentelor şi în timpul iernii au fost amenajate şi înzestrate cu aparatele necesare sălile de gimnastică. Totodată, elevele şcolii pedagogice din Gherla se pregătesc pentru trecerea normelor complexului G.M.A. la schi, patinaj şi examenul teoretic.

★

Astfel de exemple bune ne oferă multe alte şcoli. Iată, de pildă, la şcoala siderurgică din Nădrag, care funcţionează pe lângă uzina „Ciocanul", unde fiii oamenilor muncii învaţă necontenit să prelucreze fierul, se desfăşoară şi o susţinută activitate sportivă. Elevii execută în fiecare dimineaţă gimnastică de înviorare şi se pregătesc intens pentru trecerea normelor G.M.A. şi F.G.M.A. Din proprie iniţiativă, ei au amenajat un teren de volei şi unul de baschet, o groapă pentru sărituri şi inele pentru gimnastică

Entuziasmul elevilor dela şcoala siderurgică din Nădrag este stăvilit însă de lipsa de preocupare pentru activitatea sportivă pe care o manifestă direcţiunea şcolii, care nu ia nici o măsură pentru a procura echipamentul sportiv de care elevii duc lipsă.

I. PETRU, E. MORARU şi T. ROIBU - corespondenţi

Creşte numărul sportivilor fruntaşi in producţie

In fiecare secţie, în fiecare atelier dela Uzina Oţelul Roşu graficele de producţie urcă tot mai sus, normele vechi sunt lăsate în urmă. Veştile despre minunatele victorii ale oţelarilor s'au răspândit pe tot cuprinsul patriei.

★

Printre fruntaşii în producţie dela Uzina Oţelul Roşu sunt şi mulţi sportivi. Oţeliţi în întreceri, pe terenurile de sport sau în nenumăratele săli sportive, ei muncesc neobosiţi pentru înflorirea patriei, pentru viitorul nostru luminos.

Numele turnătorului Grafenberg Francisc, jucător în echipa de fotbal şi aspirant G.M.A., este cunoscut în întreaga uzină. El îşi depăşeşte zilnic norma de lucru şi realizează însemnate economii de nisip, grafit şi cuie. Sportivul Grafenberg este fruntaş în producţie şi ca el sunt şi schiorii Titel Anton, I. Hamus dela turnătoria de cilindri de fontă, turnătorul Waluch Iosif, purtător al insignei G.M.A. şi mulţi alţii.

Sportivi fruntaşi în producţie sunt şi la atelierul electric. Schiorul Milka Francisc şi sportivii Blank Iosif şi Vasile Grozav au obţinut deasemenea rezultate frumoase în muncă. Folosind din plin cele 8 ore de muncă, ei dau zilnic o normă şi jumătate peste sarcinile de producţie iar lucrul lor este de cea mai bună calitate. Schiorul Scheiber Arthur, lăcătuş la atelierul mecanic şi strungarul Kastil I. sunt şi ei fruntaşi în producţie.

★

Cu aceeaşi însufleţire muncesc şi sportivii din regiunea Bucureşti, care obţin zi de zi tot mai multe succese în producţie. Convinşi că orice sportiv trebue să fie şi fruntaş în producţie, ei şi-au înzecit eforturile în lupta pentru depăşirea sarcinilor de plan.

Tinerii fotbalişti Ştefan Stroe şi Costică Abăluţă dela Şantierul Naval P.C.A.-Giurgiu sunt deasemenea fruntaşi în producţie.

Printre nenumăraţii sportivi fruntaşi în producţie este şi ciclistul Viorel Gavrilă care lucrează la piese pentru vagoane. El depăşeşte zilnic norma de lucru cu 300 la sută, iar sportivul Luizi Pavel, urmând exemplul acestuia, a reuşit să facă economii de peste 280.000 lei. Un succes deosebit a obţinut popicarul Dumitru Dobre dela strungărie. Folosind în munca sa metoda de tăiere rapidă a metalelor Bâcov-Bortchevici, Dumitru Dobre a reuşit să depăşească norma cu 550 la sută.

RADU ZENO şi FLORIAN STĂNESCU corespondenţi